

# 2月献立予定表



日	曜日	献立名		主にエネルギーのもとになる食品		主に体をつくるもとになる食品		主に体の調子を整えるもとになる食品		エネルギー (kcal)		
		主食等・スプーン	牛乳	主に炭水化物	主に脂肪	主にたんぱく質	主に無機質	主にカロテン	主にビタミンC	献立のねらい	小学校	中学校
1	木	小型コッペパン	🏠	ブロッコリーのトマトソースパスタ 五目サラダ ココア豆	パン ペンネ さとう でんぷん	油 ごま エッグフリーマ ヨネーズ	ぶた肉 ベーコン ちくわ 大豆	牛乳	ブロッコリー たまねぎ エリンギ トマトピューレ にんじん 水菜	しめじ にんにく 枝豆 れんこん キャベツ	612	791
2	金	おにたいじごはん	🏠	いわしのかばやき風 小松菜のごまドレッシングあえ 白菜のみそ汁	米 大麦 でんぷん さとう	油 ごま	大豆 いわし ハム とうふ 油あげ みそ	牛乳	小松菜 にんじん ねぎ	しょうが もやし 白菜 たまねぎ しめじ えのきたけ	636	787
5	月	麦ごはん	🏠	金時豆のかき揚げ キャベツのアーモンドあえ さつま汁	米 大麦 小麦粉 さとう さといも てんぷら粉	油 アーモンド	金時豆 油あげ ちくわ とうふ とりにく みそ	牛乳	にんじん 小松菜 ねぎ	たまねぎ キャベツ もやし	659	827
6	火	麦ごはん 味つけのり	🏠	焼きとうふのみそそぼろ煮 焼きししゃも きゅうりとキャベツのごまあえ	米 大麦 さとう でんぷん	油 ごま	とうふ ぶた肉 みそ	牛乳 のり 子持ちししゃも わかめ	チンゲン菜 にんじん ねぎ	にんにく しょうが しいたけ たまねぎ たけのこ 太ねぎ きゅうり キャベツ	610	784
7	水	ほたてごはん	🏠	わかさぎのからあげ ほうれんそうとコーンのごまドレッシングあえ じゃがいものみそ汁 キャンディチーズ	米 大麦 じゃがいも こんにやく でんぷん さとう	油 ごま	ほたてがい 油あげ みそ	牛乳 チーズ わかさぎ わかめ	にんじん ほうれんそう ねぎ	しょうが しいたけ 枝豆 コーン もやし たまねぎ	622	764
8	木	🍷 カミカミデー レーズンパン	🏠	白菜と肉だんごのスープに マカロニサラダ りんご 【中】アーモンド小魚	パン 春雨 マカロニ	エッグフリーマ ヨネーズ 【中】アーモンド	肉だんご あさり ハム	牛乳 【中】いりこ	にんじん チンゲン菜	白菜 レーズン コーン たまねぎ しめじ しょうが きゅうり りんご	578	757
9	金	チキンカツ カレーライス (麦ごはん)	🏠	ひじきのマリネ	米 大麦 じゃがいも 小麦粉 パン粉 さとう	油 バター	ベーコン 大豆 とり肉 ハム	牛乳 ひじき だっし粉乳 チーズ	にんじん トマトピューレ	たまねぎ エリンギ にんにく りんご きゅうり	724	912
12	月	振替休業日										
13	火	セルフサンド (さめぎの夢パン)	🏠	(照り焼きチキン・ゆで野菜・) エッグフリーマヨネーズ) ABCスープ 【小中】ヨーグルト	全粒粉パン でんぷん さとう 英字パスタ	油 エッグフリーマ ヨネーズ	ベーコン とり肉	牛乳 【小中】ヨーグルト	にんじん チンゲン菜 パセリ	キャベツ たまねぎ レタス しめじ	650	798
14	水	🍷 西中リクエスト ごはん	🏠	ささみのごま揚げ カミカミサラダ 月菜汁	米 さとう てんぷら粉	油 ごま	とり肉 さきいか ハム うずら卵 油揚げ みそ	牛乳	ほうれんそう ねぎ にんじん	ごぼう コーン キャベツ 大根 たまねぎ 白菜	692	882
15	木	コッペパン 【小中】チョコ大豆バター	🏠	ポークビーンズ 元気サラダ いよかん	パン じゃがいも さとう	油 【小中】チョコ大豆バター	ぶた肉 大豆 ベーコン ハム かつおぶし	牛乳 こんぶ	にんじん パセリ	たまねぎ きゅうり グリーンピース キャベツ コーン いよかん	618	757
16	金	🍷 シェフ考案の給食 鶏のまぜごはん	🏠	たいのつけ焼きゆずみそぞえ 切り干し大根のピリ辛あえ しらすと大根のみそ汁	米 こんにやく さとう きしょうとう	油 ごま ごま油	とり肉 たい ちくわ みそ 油あげ	牛乳 昆布つくだに わかめ	にんじん ほうれんそう	ごぼう しめじ ゆず 切り干し大根 太ねぎ しょうが 大根 白菜	593	720
19	月	🍷 食育の日 白菜うどん	🏠	小さいわしのフライ 菜花サラダ 【小中】お米のムース	うどん 【小中】お米のムース	油	ぶた肉 ハム	牛乳 小さいわし	にんじん ねぎ 菜花	にんにく 白菜 たまねぎ キャベツ コーン	673	805
20	火	コッペパン 黒豆きなこクリーム	🏠	白身魚の香味揚げ ブロッコリーサラダ 野菜スープ	パン でんぷん さとう じゃがいも	油 黒豆きなこ クリーム	メルルーサ ハム ベーコン	牛乳 あおのり	ブロッコリー にんじん パセリ チンゲン菜	しょうが にんにく キャベツ コーン たまねぎ セロリー	612	758
21	水	ダイシモチ入り ごはん	🏠	ぶた肉のピリ辛あえ チンゲン菜ときゅうりのごまあえ ふしめん汁	米 もち麦 でんぷん さとう ふしめん	油 ごま	ぶた肉 油あげ	牛乳 ちりめん	チンゲン菜 にんじん ねぎ	しょうが にんにく きゅうり キャベツ 大根 たまねぎ	619	786
22	木	🍷 丸亀の日 黒糖パン	🏠	香川県冬野菜シチュー ごまネーズサラダ スイーツスプリング	パン さとう じゃがいも 小麦粉	油 バター エッグフリーマ ヨネーズ ごま	ベーコン とり肉 ちくわ	牛乳 だっし粉乳	にんじん チンゲン菜 パセリ	たまねぎ レタス しめじ れんこん キャベツ きゅうり スイーツスプリング	635	807
23	金	天皇誕生日										
26	月	麦ごはん	🏠	さばの塩焼き 小松菜のごまあえ ひじきと厚揚げの煮つけ	米 大麦 さとう こんにやく	油 ごま	さば まぐろ 厚揚げ てんぷら	牛乳 ひじき	小松菜 にんじん	切り干し大根 キャベツ グリーンピース	698	844
27	火	米粉パン	🏠	ビーフシチュー キャベツのアーモンドサラダ いちご 【小中】プロセスチーズ	米粉パン じゃがいも 小麦粉 さとう	油 アーモンド	牛肉 油あげ	牛乳 【小中】チーズ	にんじん パセリ トマトピューレ	にんにく エリンギ たまねぎ コーン いちご キャベツ きゅうり	586	730
28	水	麦ごはん	🏠	煮込みおでん 食べて菜と白菜のごまあえ 小煮干しと大豆の揚げ煮	米 大麦 さといも こんにやく さとう でんぷん	油 ごま	牛肉 ちくわ うずら卵 てんぷら みそ 大豆	牛乳 かえり	にんじん 食べて菜	大根 しょうが 白菜	638	799
29	木	コッペパン りんごジャム	🏠	とり肉のマスタードやき キャロットサラダ 卵とレタスのスープ	パン さとう でんぷん じゃがいも りんごジャム	油	とり肉 まぐろ ベーコン 卵	牛乳	にんじん パセリ ねぎ	にんにく きゅうり キャベツ レタス たまねぎ えのきたけ	601	738

\* 献立は、材料その他の都合により変更することがあります。

\* エネルギーは、小学校4年生(基準値660Kcal・中学校2年生830Kcal)の値です。

**★2月20日(火)小学6年生卒業お祝い特別給食★**  
**<小学6年生のみ実施>**  
 主食は別メニューにかえて、おかずは品数を増やし、全員に配れる数を用意した6年生特別給食を実施します。お楽しみに。  
**【特別給食メニュー】**  
 ・わかめごはん ・ミニロールパン ・牛乳 ・白身魚の香味揚げ  
 ・とり肉のからあげ ・ブロッコリーサラダ ・野菜スープ ・いちご

**丸亀市産食材** 白菜 葉ねぎ にんにく キャベツ 菜花 チンゲンサイ ほうれんそう  
 小松菜 食べて菜 大根 レタス ブロッコリー パセリ セロリー じゃがいも  
**香川県産の食材** 米 大麦 牛乳 卵 とり肉 ぶた肉 米粉パン さめぎのゆめパン タイ  
 いりこ ちりめん しらすぼし 水菜 にんじん いちご スイーツスプリング

**かがわ印給食ウィーク(16日~22日)**